

JURNAL

**SURVEI TEKNIK DASAR BERMAN SEPAK BOLA PADA
SISWA SMKT SOMBA OPU KABUPATEN GOWA**



AHMAD NASUTION

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2018**

SURVEI TEKNIK DASAR BERMAN SEPAK BOLA PADA SISWA SMKT SOMBA OPU KABUPATEN GOWA

OLEH:

AHMAD NASUTION

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh jawaban atas permasalahan tentang teknik dasar bermain sepakbola pada siswa Smkt Somba Opu Kabupaten Gowa. Populasi adalah seluruh siswa Smkt Somba Opu Kabupaten Gowa dan sampel yang diambil berjumlah 30 orang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian penelitan deskriptif dan instrumen penelitian yang digunakan adalah (1) tes menembak ke sasaran (shooting) (2) tes memainkan dengan kepala (heading) (3) tes kemampuan menggiring bola (dribbling) (4) tes menyepak dan menghentikan bola (passing and stopping). Pengolahan data penelitian ini menggunakan spss versi 20 dan teknik analisis data menggunakan tscore. Melalui pengolahan data diperoleh data sebagai berikut : (1) siswa yang memiliki tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bermain sepakbola dengan kategori baik ada 28 orang (93,3%) dari jumlah 30 sampel. (2) siswa yang memiliki nilai keterampilan teknik dasar bermain sepakbola dengan kategori cukup ada 2 orang (6,7%) dari 30 jumlah sampel. (3) keterampilan teknik dasar siswa Smkt Somba Opu usia 15 tahun dominan berada pada kategori “BAIK”.

KATA KUNCI: Heading, Shooting, Menggiring Bola dan Sepak dan Tahan Bola

PENDAHULUAN

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepakbola hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badan manapun. Tujuan daripada masing-masing regu ialah hendak memasukkan bola ke gawang sebanyak mungkin dengan pengertian pula berusaha sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan. Permainan dilakukan dalam dua babak, sedang diantara dua babak itu diberi waktu istirahat. Disamping itu pada babak kedua diadakan pertukaran tempat. Mengenai kelengkapan pemain dengan menggunakan sepatu bola serta kostum yang berbeda warna antara kedua regu, demikian pula untuk masing-masing penjaga gawang menggunakan kostum yang khusus dan berbeda dengan para pemain. Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh berbagai kalangan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja, maupun orang tua., Bahkan sekarang sepakbola digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina.

Dewasa ini permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus disertai pengawasan dan bimbingan pelatih yang

profesional. Seiring perkembangan zaman maka sepakbola juga mengalami perubahan terutama terlihat sekali pada peraturan pertandingan, perlengkapan lapangan, kelengkapan pemain, perwasitan, dan organisasi sepakbola. Kesemuanya itu bertujuan agar sepakbola lebih bisa dinikmati, digemari dan menjadi suatu suguhan. Bagi pemain sendiri di lapangan pemain lebih aman dan terlindungi dalam mengekspresikan keterampilannya dalam mengolah bola.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seseorang pemain sepakbola adalah penguasaan teknik dasar sepakbola yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepakbola akan dapat bermain dengan baik disegala posisinya (A. Sarumpaet, dkk 1992:17). Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola tidak akan bisa menjadi pemain yang baik. Pemain sepakbola yang baik harus memenuhi syarat baik sebagai individual maupun sebagai tim kesebelasan, artinya sebagai individu ialah ia harus memiliki kemampuan fisik dan teknik yang sempurna, sedangkan sebagai anggota kesebelasan dengan kemampuannya ia harus bekerja sama dengan pemain lain membentuk suatu tim yang tangguh.

Teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai oleh para pemain menurut A. Surampeak, dkk. (1992:17) adalah : a) Menendang bola, b) Menggiring bola, c) Menahan dan menghentikan bola, d) Menyundul bola, e)

Dari beberapa teknik dasar sepakbola tersebut, berdasarkan hasil observasi saya

pada sekolah SMKT SOMBA OPU, ada empat teknik dasar yang menjadi permasalahan sehingga kurangnya performa tim sepak bola siswa SMKT SOMBA OPU, yaitu : 1) Menendang bola (*shooting*), 2) Menyundul bola (*Heading*), 3) Menggiring bola (*Dribbling*), 4) Menyepak dan menghentikan bola (*passing and Stopping*).

Menggiring bola merupakan adalah menendang bola secara terputus-putus dengankaki bagian dalam, punggung kaki, maupun kaki bagian luar. Salah satu yang membuat olahraga sepakbola menjadi menarik adalah ketika seorang pemain sepakbola mampu menguasai dan memperagakan aksi individu menggiring bolamelewati lawan kemudian mencetak gol. Karena menggiring bola dapat diikutigerakan berikutnya berupa *passing* maupun *shooting*. Banyak pemain hebat dunia yang memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Cristiano Ronaldo dan Lionel Messi. Oleh karenanya, latihan menggiring bola perlu mendapat porsi latihan yang lebih untuk diberikan kepada para pemain, terutama para pemain usia dini.

Menyepak dan menghentikan (*Passing and Stopping*) bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak kegawang (*shooting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*), sedangkan Menghentikan bola (*stopping*) merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang penggunaannya bersama dengan

teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola.

Untuk meningkatkan prestasi sepakbola, alangkah baiknya jika semenjak anak-anak atau usia dini telah mendapatkan pendidikan olahraga khususnya olahraga sepakbola secara benar, teratur dan terarah. Sehingga akan dapat menciptakan pemain-pemain yang potensial dan bisa membawa nama harum bangsa, oleh karena itu pentingnya pendidikan sepakbola pada usia dini agar supaya pengetahuan sepakbola dan hal-hal yang mendasar tentang sepakbola seperti teknik dasar sepakbola bisa diketahui dengan benar.

Perlunya wadah atau sekolah sepakbola (SSB) di Indonesia untuk menampung dan membina anak usia dini untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan teknik dasar sepakbola, sehingga prestasi sepakbola di Indonesia bisa bersaing dengan negara lain. Dewasa ini peningkatan SSB di Indonesia sudah berkembang khususnya di kota makassar. Salah satu di SMKT SOMBA OPU.

Bertolak dari penjelasan tersebut di atas, penulis terdorong untuk menelaah salah satu dari sekian banyaknya permasalahan untuk menemukan seberapa besar keterampilan teknik dasar menendang bola, menyundul bola dan menggiring bola pada Siswa SMKT SOMBA OPU, sehingga dengan mengetahui sumbangan ketiga teknik dasar tersebut akan memberi manfaat bagi perkembangan kemampuan sepak bola.

Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari (11) orang pemain, yang lazim disebut dengan kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukkan bola sebanyak banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (A. Sarumpaet, 1992: 5). Agar peraturan-peraturan permainan ditaati oleh pemain pada permainan atau pertandingan berlangsung maka ada wasit dan hakim garis yang memimpin atau mengawasi pertandingan tersebut. Setiap pelanggaran yang dilakukan oleh pemain ada sanksinya (hukumnya), oleh karena itu kedua kesebelasan diharapkan bermain sebaik mungkin serta memelihara sportifitas (A. Surumpaet. 1992: 5).

Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beragu atau permainan team, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama team yang baik. Untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan

cermat, artinya tidak membuang-buang energi atau waktu (Sukatamsi, 1984: 12).

Tendangan / Menendang (*Shooting*)

Tendangan dalam sepakbola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ketempat yang lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki (A. Surumpaet, dkk. 1992:20). Macam-macam tendangan dapat dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu 1) Dengan kaki bagian dalam, 2) Dengan kura-kura kaki bagian dalam, 3) Dengan kura-kura kaki bagian luar, 4) dengan kura-kura kaki penuh, 5) Dengan ujung jari, 6) Dengan tumit (sukatamsi, 1988:47).

Macam tendangan menurut kegunaan dan fungsinya dibedakan menjadi : a) Untuk memberikan operan kepada teman, b) Untuk menembak bola kearah mulut gawang, c) Untuk membersihkan atau menyapu bola dari daerah pertahanan, d) Untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus yaitu untuk menendang bebas, tendangan sudut, tendangan hukum pinalti. Sedangkan tendangan menurut tinggi dan rendahnya lambungan bola adalah 1) Tendangan bola rendah, 2) Tendangan bola lambung lurus atau melengkung sedang (lambungan bola antara setinggi lutut dan kepala), 3) Tendangan bola melambung tinggi (paling rendah setinggi kepala) (Sukatamsi, 1988:48).

Memainkan Bola dengan Kepala / Menyundul (*Heading*)

Sepakbola adalah permainan yang memerlukan reaksi yang saling berkait yang tidak hanya dituntut untuk mahir

menendang, mengumpan, dan menghadang lawan, tetapi juga menggunakan kepalanya atau menyundul bola. Jika ingin menjadi pemain yang serba bisa harus menguasai semua teknik bermain sepakbola.

Teknik dasar menyundul bola merupakan salah satu teknik dasar yang penting bermain sepakbola, oleh karena itu harus dikuasai oleh setiap pemain. Kemampuan menyundul bola secara terarah akan bertambah penting artinya apabila lawan bermain dengan sistem bertahan, sehingga ruang gerak hanya ada lewat kepala. Banyak gol tercipta secara langsung atau tidak langsung tercipta dari duel di udara. Pemain yang ahli dalam menyundul bola sangat dicari kesebelasan manapun juga di dunia ini karena tidak banyak pemain yang mampu menyundul bola secara terarah pada saat dijaga ketat oleh pemain lawan. Situasi pertandingan yang demikian menghendaki bentuk latihan yang realistis, dimana pemain belajar melonjak (melompat) dengan tolakan pada kaki kirikaki kanan bahkan juga dengan kedua kaki atau sambil berdiri.

Menyundul bola pada hakekatnya memainkan bola menggunakan kepala. Tujuan menyundul bola bermain sepakbola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan atau membuang bola. Ditinjau dari posisi tubuhnya, menyundul bola dapat dilakukan sambil berdiri, melompat, dan sambil meloncat. Banyak gol tercipta bermain sepakbola dari hasil sundulan kepala (Sucipto dkk, 1999/2003:32). Dalam pelaksanaannya menyundul bola dilakukan dengan tiga cara, yaitu: 1) menyundul bola sambil berdiri, 2) menyundul bola sambil

meloncat, 3) dan menyundul bola sambil melayang.

Menggiring Bola (*Dribbling*)

Menggiring bola merupakan suatu keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola. Bermain sepakbola menggiring bola sangat diperlukan oleh semua pemain untuk mengecoh lawan, membawa bola ke daerah yang kosong, dan melewati lawan hingga menggiring bola menuju gawang lawan untuk mencetak sebuah gol.

Kemampuan menggiring bola yang dimiliki, memungkinkan seorang pemain dapat menguasai bola lebih lama dan dapat menyusun strategi ke mana arah bola akan dialirkan. Pemain dapat memilih apakah bola itu dioperkan ke teman, menggiring bola ke arah gawang atau shooting. Pemain menerima bola dari teman satu tim lalu mencoba untuk menggiring bola menjauhi lawan dan menempatkan bola di daerah yang kosong untuk siap memberikan umpan kepada teman satu tim. Secara terus menerus dilakukan sehingga membuat sebuah tim tersebut dapat menguasai jalannya permainan untuk memperoleh suatu kemenangan.

Menurut Sucipto, dkk. (2000:28), pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Selanjutnya Danny Mielke (2007:1), menambahkan menggiring bola (*dribbling*) adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan

operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan dribbling secara efektif, sumbangan pemain di dalam lapangan dalam pertandingan akan sangat besar. Selanjutnya Suharsono (1983: 95), menambahkan menggiring bola merupakan kebutuhan teknik yang penting dari perorangan. Menggiring juga dimaksudkan untuk menyelamatkan bola apabila tidak ada kemungkinan untuk passing dengan segera.

Menyepak dan Menghentikan Bola (*Passing and Stopping*)

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan bermain sepak bola. Maka teknik dasarmenendang bola merupakan dasar bermain sepakbola. Seorang pemainsepakbolayang tidak menguasai teknik menendang bola dengan sempurna tidak mungkinmenjadi pemain yang baik (Sukatamsi, 2001: 2.38). Kesebelasan sepakbola yang baik dan tangguh adalah suatu kesebelasansepakbola yang semua pemainnya menguasai teknik dasar menendang boladengan baik, cepat, cermat dan tepat pada sasaran, sasaran pada teman maupunsasaran dalam membuat gol kegawang lawan.Cepat disini diartikan pemain harus menguasai semua gerakan-gerakan. (<http://id.scribd.com/doc/194380410/Skripsi-Ttg-Keterampilan-Gerak-Dasar-Sepak-Bola>). Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar bermainsepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola.Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnyauntuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkanuntuk passing (Sucipto,

dkk, 2000: 22). Dilihat dan perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagiandalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki.

METODOLOGI PENELITIAN

Menurut Sugiyono, (2008:60) mengatakan bahwa: “Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini variabel yang akan diteliti atau diselidikiadalah variabel mandiri yaitu menendang bola, menyundul bola, menggiring bola serta menyepak dan menghentikan bola pada siswa SMKT SOMBA OPU.

Variabel penelitian ini perlu diketahui secara jelas batasan dan ruang lingkup kajiannya, agar tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda-beda, maka secara operasional variable penelitian didefenisikan sebagai berikut:

1. Survei adalah suatu penelitian deskriptif yang dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya cukup banyak dalam jangka waktu tertentu.
2. Teknik dasar menendang, menyundul dan menggiring bola yang dimaksud adalah kemampuan siswa untuk melakukan aktivitas fisik sampai pada batas kemampuannya yang dilakukan. Adapun tes yang digunakan adalah tes menembak atau mendang bola ke sasaran (*shooting*),

tes memainkan bola dengan kepala (*heading*) dan tes menggiring bola (*dribbling*).

Menurut M. Idrus Abustam, Dkk, (2006:39) menjelaskan bahwa populasi adalah jumlah keseluruhan unit analisis yang akan diselidiki karakteristik atau cirri-cirinya. Setiap penelitian tentunya selalu menggunakan objek untuk diteliti atau di istilakan dengan populasi. Populasi suatu penelitian harus memiliki karakteristik yang sama atau hampir sama, olehnya itu yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah siswa SMKT SOMBA OPU dengan jumlah siswa 3015 orang.

Menurut M. Idrus Abustam, Dkk, (2006:39) menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian dari unit-unit yang ada dalam populasi yang ciri-ciri atau kerarakteristiknya benar-benar diselidiki. Dalam suatu penelitian survey tidaklah selalu perlu untuk meneliti semua individu dalam populasi, karna disamping memakan biaya yang sangat besar juga membutuhkan waktu yang lama. Cara pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan sistem teknik *Sampling Jenuh*. *Sampling Jenuh* adalah penentuan sampel bila semua anggota bila jumlah populasi *relative* kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil, (Sugiyono, 2011:68). Adapun jumlah sampel penelitian ini sebanyak 30 orang atau satu kelas dari siswa SMKT SOMBA OPU.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Nilai Menggiring bola (*Dribbling*)

Keterampilan menggiring bola (*dribbling*) siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun terdapat kategori kemampuan sampel antara lain:

- a. kategori “baik” berjumlah 10 orang (33,3%) dari 30 jumlah sampel.
- b. kategori “cukup” berjumlah 18 orang (60.0%) dari 30 jumlah sampel
- c. kategori “sedang” berjumlah 2 orang (6.7%) dari 30 jumlah sampel.
- d. kategori “kurang” berjumlah 0 orang (0%) dari 30 jumlah sampel.

2. Nilai tes *shooting* ke gawang (skor)

Keterampilan tes menendang tepat sasaran (*shooting*) siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun terdapat beberapa kategori kemampuan sampel antara lain :

- a. Kategori “baik” berjumlah 15 orang (50.0%) dari 30 jumlah sampel
- b. Kategori “cukup” berjumlah 4 orang (13.3%) dari 30 jumlah sampel.
- c. Kategori “sedang” berjumlah 6 orang (20.0%) dari 30 jumlah sampel

3. Nilai tes *shooting* ke gawang (waktu)

Keterampilan tes menendang (*shooting*) dengan hasil waktu yang dihitung siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun terdapat beberapa kategori kemampuan sampel antara lain :

- a. Kategori “baik” berjumlah 4 orang (13,3%) dari 30 jumlah sampel
- b. Kategori “cukup” berjumlah 21 orang (70.0%) dari 30 jumlah sampel
- c. Kategori “sedang” berjumlah 5 orang (16.7%) dari 30 jumlah sampel
- d. Kategori “kurang” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel

- e. Kategori “kurang sekali” berjumlah 0 orang(00.0) dari 30 jumlah sampel
4. Nilai tes memainkan bola dengan kepala (*heading*)

Keterampilan tes menyundul (*heading*),siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun terdapat babarapa kategori kemampuan sampel antara lain :

- a. Kategori “baik” berjumlah 28 orang (93.3%) dari 30 jumlah sampel
 - b. Kategori “cukup” berjumlah 2 orang (6.7%) dari 30 jumlah sampel
 - c. Kategori “sedang” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel
 - d. Kategori “kurang” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel
 - e. Kategori “kurang sekali” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel
5. Nilai tes menyepak dan menghentikan bola (*passing dan stopping*)

keterampilan tes menyepak dan menghentikan bola (*passing and stopping*),siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun terdapat beberapa kategori kemampuan sampel antara lain :

- a. Kategori “baik” berjumlah 28 orang (93.3%) dari 30 jumlah sampel
- b. Kategori “cukup” berjumlah 2 orang (6.7%) dari 30 jumlah sampel
- c. Kategori “sedang” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel
- d. Kategori “kurang” berjumlah 0 orang (00.0%) dari 30 jumlah sampel
- e. Kategori “kurang sekali” berjumlah 0 (00.0%) dari 30 jumlah sampel

PENUTUP

Berdasarkan analisis tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola di SMKT SOMBA OPU data yang berjumlah 30 orang disimpulkan Siswa yang memiliki tingkat keterampilan

teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori baik berjumlah 28 orang (93.3%) dari 30 jumlah sampel, sedangkan yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori cukup ada 2 orang (6.7%) dari 30 jumlah sampel,dengan demikian keterampilan teknik dasar sepak bola Siswa SMKT SOMBA OPU Usia 15 tahun tergolong dalam kategori” BAIK”.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfabeta Bandung. Remmy Muchtar (1992) *Olahraga Pilihan Sepak Bola Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan*
- Abustam M. Idrus. Dkk. 2006.*Pedoman Praktis Penelitian dan Penulisan Karya Ilmiah*.UNM Makassar.
- Aang Witarsa(1988)*Dasar-Dasar Teknik Sepakbola*.
- Anwar Khairil, Halim Nur Ichsan. 2011 *Tes dan Pengukuran dalam Bidang*
- Djawal. Dkk. 1998. *Dasar Bermain Sepakbola*. Edisi Kedua. Yogyakarta: Intan
- Djawad dkk, 1981, *Dasar Bermain Sepakbola*, Edisi kedua. Yogyakarta: Intan. *Keolahragaan*, UNM Makassar.
- Dany Mielke. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- Em Zul Fajri. (2008). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Difa Publisher.

Komaruddin. (2005). *Dasar Gerak Sepak Bola*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Monti P. (2000). *Dasar-Dasar Psikologo Olahraga*. Pustaka Sinar Harapan
Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*.

Nurhasan. (1994). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. IKIP Bandung.

Robert Koger. (2007). *Latihan Dasar Andar Sepak Bola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetisi

Surampaet. Dkk. 1991. *Permainan Besar*. Depdikbud, Jakarta.

Sukatamsi. 1984. *Bahan Mengajar dan Melatih Sepak Bola* : Semarang.

Sucipto. Dkk. 1999/2000. *Olahraga Pilihan : Sepakbola*. Jakarta: Dirjen.